

МЕТОДИЧЕСКАЯ СИСТЕМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ СПОРТА ДЛЯ ВСЕХ

*Грибан Г. П., Яворская Т. Е., *Ткаченко П. П., *Опанасюк Ф. Г.
Житомирский государственный университет имени Ивана Франка (Житомир,
Украина)*

**Житомирский национальный агроэкологический университет (Житомир, Украина)*

Аннотация. В статье показано, что физическое воспитание позволяет решать одновременно образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи. Для решения этих задач созданная современная методическая система физического воспитания как составляющая спорта для всех. Под методической системой физического воспитания рассматривается упорядоченная совокупность взаимосвязанных и взаимообусловленных мероприятий и методов, направленных на формирование мотивационно-ценностного отношения к спорту для всех и здорового образа жизни. Методическая система физического воспитания не существует и не формируется самостоятельно, а находится в тесной взаимосвязи с состоянием и тенденциями развития системы образования и воспитания.

Ключевые слова: физическое воспитание, методическая система физического воспитания, спорт для всех, здоровый образ жизни.

METHODOICAL SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION AS A COMPONENT OF SPORT FOR ALL

*Griban G.P., Yavorska T.E., Tkachenko P.P., Opanasiuk F.G.
Zhytomyr Ivan Franko State University (Zhytomyr, Ukraine)
Zhytomyr national agroecological University (Zhytomyr, Ukraine)*

Abstract. The article shows that physical education allows solving simultaneously educational, training and health tasks. To solve these tasks, the modern methodical system of physical education is created as a component of sport for all. The methodical system of physical education is an ordered set of interrelated and mutually conditioned measures and methods aimed at forming a motivational and value attitude to sport for all and a healthy lifestyle. The methodological system of physical education does not exist and is not formed independently, but is closely related to the state and development tendencies of the education and training system.

Keywords: physical education, methodical system of physical education, sport for all, healthy way of life.

ВВЕДЕНИЕ. Политические и социально-экономические изменения, происходящие в Украине и мире, требуют существенного реформирования системы образования, которая должна обеспечить каждому молодому человеку реальные условия для интеллектуального, духовного и физического развития и повышения общекультурного и профессионального уровня, соответствующего лучшим мировым стандартам.

Снижение уровня физического развития, физической подготовленности и здоровья молодежи в Украине приобрели критическое состояние. Причинами неудовлетворительного состояния развития физических качеств у большинства представителей различных слоев молодежи и ухудшения здоровья является существенное снижение двигательной активности

и недостаточное внимание к физическому воспитанию в семьях, школах и образовательных учреждениях. Современная система физического воспитания в Украине не удовлетворяет естественную биологическую потребность молодежи в двигательной активности, не обеспечивает ее необходимым уровнем здоровья, физической подготовленности, работоспособности, научно обоснованными образовательными и оздоровительными технологиями, которые можно использовать в дальнейшей жизнедеятельности. Возникло противоречие между потребностями личности в мировоззренческом, духовно-культурном, интеллектуальном развитии и физическом совершенствовании [1, с. 5].

Целесообразность исследования проблемы формирования методической системы физического воспитания молодого поколения как составляющей спорта для всех обусловлена необходимостью решения ряда спорных вопросов: 1) на концептуальном уровне современного образования: между объективной потребностью общества в конкурентоспособных специалистах, востребованностью их личностной, гражданской позиции и состоянием физической подготовленности, ориентированной на формирование функциональной готовности к жизнедеятельности; 2) на уровне определения физической подготовленности и состояния здоровья современной молодежи к будущей жизнедеятельности: между требованиями к состоянию здоровья и мотивационно-ценностным отношением к здоровому образу жизни.

Первые признаки формирования современной методической системы физического воспитания с целью повышения уровня физической подготовленности молодежи наблюдаются уже в середине 20-х – начале 30-х годов XX века [1, с. 65]. Теоретические основы и практические вопросы формирования системы спорта для всех в Украине изложены в монографии М.В. Дудчака, который научно доказал, что имеющийся уровень привлечения граждан к двигательной активности оказался в Украине неадекватным новым условиям и требует формирования качественно новой системы – спорта для всех [2, с. 3].

МЕТОДЫ. Для изучения путей создания методической системы физического воспитания как составляющей спорта для всех использовались следующие методы исследования: *теоретические*: метод концептуально-сравнительного анализа, с помощью которого сопоставлялись имеющиеся теоретические подходы к решению вопроса современного состояния функционирования системы физического воспитания молодежи на основе обобщения философско-методологической, психолого-педагогической и учебно-методической литературы, новаторского опыта, а также обобщения собственного многолетнего опыта; метод структурно-системного анализа позволил систематизировать и обобщить информацию об исследуемом объекте и предмете и создать модель методической системы обучения спорта для всех; *эмпирические*: анкетирование, педагогические наблюдения, тестирование, педагогический эксперимент проводились с целью исследования влияния методической системы для привлечения молодежи к спорту для всех; *методы математической статистики* применялись для выявления достоверности различий между исследуемыми показателями, корректной обработки полученных результатов, отображение их в различных формах для доказательства эффективности разработанной методической системы.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Созданию научно обоснованной теории методической системы физического воспитания как составляющей спорта для всех предшествовало изучение постановки и решения проблемы исследования в теории и методике физического воспитания, педагогике и психологии. Методическая система физического воспитания иерархически входит в единую систему высшего педагогического образования и является целостным образованием, которое позволяет формировать у молодежи: специальные знания, жизненно важные двигательные умения и навыки; гармоничное развитие форм и функций организма, направленных на всестороннее совершенствование физических качеств, здоровья; обеспечивать творческое долголетие; воспитывать волевые, духовные и эстетические черты личности. Эти теоретические положения являются научно-методологической основой методической системы физического

воспитания, имеют для их решения свои тесно взаимосвязаны общие принципы: принцип связи физического воспитания с профессиональной деятельностью (принцип прикладности); принцип всестороннего гармоничного развития личности; принцип оздоровительной направленности физического воспитания; принцип рационального проведения досуга и привлечения к этому других.

Поэтому создание методологических основ для конструирования методической системы физического воспитания молодежи к спорту для всех требует применения системного и комплексного подходов. При этом необходимо: 1) определить компоненты системы и выяснить их содержание; 2) обосновать необходимость функционирования каждого компонента системы; 3) выявить системообразующие связи; 4) показать соответствие компонентов внутри системы и ее функциональное существование.

Теоретической основой для создания методической системы физического воспитания как составляющей спорта для всех являются: 1) концепция целостности физкультурно-оздоровительного и образовательно-воспитательного процесса всех звеньев, которые в своей деятельности занимаются физической культурой и спортом, а именно системой спорта для всех (совершенствование спортивной базы, обеспечения спортивных залов тренажерами, спортивными приборами, оборудованием, сохранение физического воспитания как учебной обязательной дисциплины в образовательных учреждениях Украины; широкому внедрению инновационных оздоровительных технологий и т. д.); 2) концепция активизации образовательной, спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной деятельности молодежи должна объединить учебные, внеучебные и самостоятельные занятия, все мероприятия спортивно-оздоровительного направления для развития мотивации и интересов к увеличению двигательной активности и позитивного отношения к спорту для всех; 3) концепция гибких психолого-педагогических, физкультурно-образовательных, медико-гигиенических, организационно-управленческих и здоровьесберегающих технологий.

Под методической системой физического воспитания нами рассматривается упорядоченная совокупность взаимосвязанных и взаимообусловленных мероприятий и методов, направленных на формирование мотивационно-ценностного отношения к спорту для всех и здорового образа жизни.

При проектировании методической системы физического воспитания как составной спорта для всех необходимо учитывать, что: 1) объектом исследования является система физического воспитания современной молодежи, а методическая система не одно и то же, то есть в этом объекте можно выделить несколько систем в зависимости от цели исследования; 2) в ходе выделения методической системы физического воспитания происходит искусственное выделение исследуемой проблемы, из окружающей среды. Такое выделение на самом деле представляет собой абстрагирование, при котором существует реальное единство системы и среды; 3) в ходе выделения методической системы необходимо четко установить: а) компоненты системы; б) компоненты ее среды (окружения); в) существенные системообразующие связи между компонентами системы; г) существенные связи со средой (окружением); 4) при рассмотрении методической системы каждый компонент (подсистема) может трактоваться как самостоятельная система. При этом следует осознавать и точно придерживаться выбранного уровня различия между ними; 5) эффективное функционирование методической системы зависит от качества ее структурных компонентов, характера их взаимосвязей и ее связей со средой; б) внедрение новой модели методической системы физического воспитания в систему спорта для всех не должно вызывать разрушительных изменений, а наоборот – призвано сохранить национальные достижения и исторические традиции в воспитании здорового образа жизни будущих поколений.

Проектирование методической системы физического воспитания требует учитывать ее специфические особенности: *целостность* – зависимость каждого компонента системы от его места и функций в системе; *структурность* – функционирование методической системы обусловлено не особенностями ее отдельных компонентов, а свойствами ее структуры; *взаимозависимость* системы и среды – система формируется и проявляет свои свойства в

процессе взаимовлияния с ее окружением; *иерархичность* – каждый компонент методической системы может рассматриваться как система, а сама методическая система является элементом более широкой системы (системы спорта для всех как совокупности социальных и педагогических подсистем); *множественность* описаний – сложность каждой системы и их адекватное познание требуют построения различных моделей, каждая из которых описывает лишь определенный аспект методической системы.

Каждый гражданин должен осознавать личностную и общественную значимость собственного примера в соблюдении здорового образа жизни, формировании спортивно-оздоровительного климата в трудовых коллективах, ценностного отношения к средствам спорта для всех, быть примером и организатором всех физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий по месту учебы, работы, жительства и нести ответственность за их результаты. Формирование у молодежи позитивного отношения к здоровому образу жизни средствами спорта для всех дает основания утверждать, что этот процесс состоит из устойчивых объективных и субъективных социальных качеств, которые возникают и развиваются в ходе жизнедеятельности, а также под влиянием социальной среды. Динамика интересов, мотивов и заинтересованности молодежи спортом для всех показывает, что не всегда и не везде происходят существенные изменения в понимании их значения для соблюдения здорового образа жизни.

ОБСУЖДЕНИЕ. Большинство студентов образовательных учреждений после получения зачета или окончания образовательных учреждений прекращают занятия физическими упражнениями. Только те специалисты, которые активно занимались спортом для всех во время обучения в образовательных учреждениях, продолжают заниматься физической культурой, стараются вести здоровый образ жизни во время трудовой деятельности.

Анализ литературных источников и научный поиск показали, что в настоящее время не существует комплексных исследований, направленных на модернизацию методической системы физического воспитания как составляющей спорта для всех. В Украине, России, Беларуси и других странах проблема обновления методической системы физического воспитания решалась недостаточно. В то же время физическое воспитание как составляющая спорта для всех позволяет решать одновременно образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи, которые способны обеспечить сбалансированное педагогическое воздействие на личность в соответствии с современными требованиями формирования творческого, интеллектуального, морально-волевого и физически совершенного гражданина.

Поэтому современная методическая система физического воспитания как составляющая спорта для всех должна предусматривать внедрение целого ряда эффективных не только оздоровительных, но и тренировочных средств, которые должны использоваться как в ходе основных учебных занятий в образовательных учреждениях, так и во время самостоятельных занятий физическими упражнениями для развития психофизических качеств, улучшения состояния здоровья, трудоспособности и функций сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и других систем.

На процесс формирования методической системы физического воспитания может влиять целый ряд факторов, которые как положительно, так и отрицательно отражаются на качестве и эффективности внедрения спорта для всех в жизнедеятельность личности, а именно: 1) факторы, способствующие позитивному отношению личности к занятиям спортом для всех; 2) факторы, отрицательно влияющие на посещение учебно-оздоровительных занятий спортом для всех; 3) наиболее благоприятное время и дни для посещения учебно-оздоровительных и тренировочных занятий; 4) формы и место проведения учебно-оздоровительных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий.

ВЫВОДЫ. Методическая система физического воспитания не существует и не формируется самостоятельно, а находится в тесной взаимосвязи с состоянием и тенденциями развития системы образования и воспитания, идеологии, политики, экономики, науки,

здоровоохранения, культуры и спорта для всех. Только с учетом этих взаимосвязей и в случае рассмотрения методической системы как одной из многих составляющих частей спорта для всех можно осуществить реальный и всесторонний анализ ее функционирования, сформировать проблемы, цели, задачи и пути дальнейшей ее модернизации.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Грибан Г. П. Методична система фізичного виховання студентів : навч. посібник. Житомир: Вид-во «Рута». 2014. 306 с.
2. Дудчак М. В. Спорт для всіх в Україні : теорія та практика : монографія. Київ. : Олімпійська література. 2009. 279 с.